

## Bronchiolitis

## برونشیولیت

### برونشیولیت چیست؟

برونشیولیت (که به انگلیسی خوانده میشود برون-کی-آلی-تیس) عفونت نایزکها محسوب میشود. نایزکها که به (انگلیسی خوانده میشود برون-کی-آلی) شاخه های بسیار کوچک مجاری تنفسی در ریه هستند.

این نوع عفونت در کودکان (تا دو سال) رایج است. دلیل مشکلات تنفسی حاصل از آن بعضی از کودکان تا بدان حد بیمار میشوند که بستری شدن آنها در بیمارستان الزامی است.

عفونت در اکثر موارد توسط ویروس سین سیشیال تنفسی (RSV) ایجاد میشود. این عفونت بیشتر در زمستان و اوائل بهار رایج است.

این نوع عفونت باعث تورم مجاری تنفسی کوچک شده و مقدار زیادی خلط تولید میکند. تورم و خلط باعث تنگ شدن مجاری تنفسی میشود. تنگی مجاری تنفسی، نفس کشیدن را برای کودک با مشکل روبرو میسازد.

### مراقب چه علائمی باشیم

در ابتدا ممکن است علائم زیر در کودک مشاهده شود:

- تب
- آبریزش بینی
- سرفه (این یک علامت متداول است)
- علائم دیگر شامل موارد زیر میباشد:
- نفس کشیدن تند و کوتاه
- تنفس با صدای بلند (خس خس کردن)
- بد اخلاقی، بهانه گیری یا خستگی
- کمتر خوردن و نوشیدن
- خوب نخوابیدن

### چه وقت کمک خواهیم

در هر یک از موارد زیر به نزدیکترین اورژانس مراجعه کنید:

- کودک شما سریعتر از معمول نفس میکشد.
- گشاد شدن پره های بینی کودک شما بهنگام تنفس.
- هنگام نفس کشیدن کودک خس خس (صداهای بلند) میشنوید.
- سن کودک شما بیش از 3 ماه است و تب بالای  $38.0^{\circ}\text{C}$  ( $100.4^{\circ}\text{F}$ ) دارد.
- کودک شما بالا میآورد (استفراغ میکند).
- کودک شما بشدت بد اخلاق و بهانه گیر است و نمیتوان او را آرام کرد.
- کودک شما بی آب شده است بطوریکه علائم زیر را نشان میدهد
  - لبها، زبان یا دهان خشک
  - اشک ندارد
  - در طول 8 ساعت ادرار (شاش) نکرده است

### در موارد زیر بلافاصله با 1-1-9 تماس بگیرید:

- نفس کشیدن برای کودک شما مشکل است.
- پوست کودک شما آبی یا بسیار کبود بنظر میآید.
- بنظر میرسد کودک شما از سختی نفس کشیدن، خسته شده است.
- فرزند شما همراه با تنفس، خرخر میکند.

## چگونه این بیماری درمان میشود؟

کودک شما بمدت 7 تا 10 روز بیمار خواهد بود.

بدلیل آنکه عامل این بیماری ویروس است، کودک شما نیازی به آنتی بیوتیک ندارد.

بیشتر کودکان میتوانند براحتی در منزل مورد مراقبت قرار گیرند. آنها به درمان پزشکی خاصی نیاز ندارند.

## چگونه در منزل از کودک خود مراقبت کنید

**چگونه از سرایت برونشیتولیز جلوگیری کنیم**  
این نوع عفونت بسیار رایج بوده و به آسانی ب دیگران سرایت میابد. راههایی برای کمک در جهت کم کردن شانس ابتلای کودکان دیگر و یا ابتلای مجدد کودک شما به این بیماری در آینده وجود دارد.

- از شستن مکرر دستهای خود، کودک خود، خانواده و هر کس که از کودک شما مراقبت میکند، اطمینان حاصل کنید. بهترین راه برای جلوگیری از انتشار عفونت، شستن دست است.
- سعی کنید کودک خود را از کسانی که تب دارند یا سرما خورده اند دور نگه دارید، بخصوص اگر سن فرزند شما کمتر از 7 هفته باشد.
- همگی را وادار کنید تا از لیوان خود برای نوشیدن استفاده کنند.
- اسباب بازیها و روی پیشخوانها را بدفعات تمیز کنید.
- جلوی دماغ و دهان کودک را وقتی که عطسه یا سرفه میکند، بپوشانید.
- در صورت در دسترس نبودن دستمال، به فرزند خود بیاموزید تا در آستین یا در آرنج خود سرفه یا عطسه کنند.
- از دستمال کاغذی تنها یکبار استفاده کنید. دستمالهای مصرف شده را بلافاصله دور انداخته و دستان خود (و دستان فرزندتان) را بشوئید.

## برای آنکه بیشتر بدانید خوب است سوال کنید:

- از پزشک خانواده خود
- با هلت لینک بی . سی به شماره 1-1-8 تماس بگیرید، (با شماره 1-1-7 برای ناشنویان و یا کم-شنوایان) و یا به آدرس اینترنتی: [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) مراجعه کنید.

- کودک خود را در وضعیت نیم نشسته یا به حالت عمودی قرار دهید. اینکار نفس کشیدن را آسانتر میکند.
- کودک خود را به نوشیدن مایعات مخصوصا مایعات شفاف مانند آب یا آب سیب مخلوط با آب تشویق کنید. اگر کودک شما تمایلی به نوشیدن ندارد، مایعات را جرعه جرعه و بدفعات به او بدهید و یا پاپ سیکل (بستنی یخی) را امتحان کنید.
- در مورد کودکانی که از سینه شیر میخورند یا از شیر خشک استفاده میکنند، به دادن شیر از سینه یا از شیشه ادامه دهید. ممکن است نیاز باشد تا در مقادیر کم اما بدفعات به کودک خود شیر بدهید.
- دقت کنید که کودک شما پوشک خود را خیس کرده یا در هر 4 ساعت یک بار یا بیشتر ادرار میکند.
- اگر سن کودک شما بیش از 3 ماه است و تب بالای  $38.5^{\circ}\text{C}$  ( $101.3^{\circ}\text{F}$ ) دارد، به او داروی تب بر مانند استامینوفن (تایلنول، یا داروهای مشابه با مارک فروشگاهها) یا ایبوپروفن (ادویل، موتترین یا داروهای مشابه با مارک فروشگاهها) بدهید. اگر از میزان داروی مورد نیاز مطمئن نیستید با داروساز مشورت کنید.
- سیگار نکشید و به دیگران اجازه سیگار کشیدن در اطراف کودک را ندهید. دود سیگار ریه های کودک را تحریک میکند.
- تا زمانی که تنفس آسانتر نشده باشد، کودک را در منزل نگه دارید. اینکار باعث جلوگیری از سرایت بیماری به دیگران میشود.